



همایش مامایی و سلامت زنان
به مناسبت ۱۰۰ سال مامایی آکادمیک



سرطان های شایع زنان

دکتر سمیرا شهباززادگان^۱

۱. استادیار، گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران samirashahbazzadegan2000@yahoo.com

مقدمه: بسیاری از سرطان های زنان اگر در سایه خود مراقبتی باشند قابل پیشگیری و درمان هستند. این مطالعه با هدف بررسی خود مراقبتی در سرطان های زنان انجام گرفت.

روش: این مطالعه بر اساس مروری بر منابع انجام شد.

یافته ها: سرطان سینه به عنوان شایعترین نوع سرطان در بین زنان است. زنان باید نشانه های هشداردهنده این سرطان را بدانند و از ۳۰ سالگی تحت معاینه سالانه گیرند و از ۴۰ سالگی ماموگرافی سالانه داشته باشند. سرطان دهانه رحم، دومین سرطان شایع زنان در ایران است. این سرطان در مراحل اولیه معمولاً علامتی را از خود بروز نمی دهد اما با پیشرفت بیماری، نشانه هایی آن بوجود می آید. تقریباً، تمام سرطان های دهانه رحم در اثر عفونت با ویروس پاپیلوم انسانی است که هنگام رابطه جنسی و از طریق تماس مستقیم به افراد انتقال می یابد. تست پاپ اسمیر سلول های پیش سرطانی و پاپیلوم انسانی را شناسایی می کند. به زنانی که روابط جنسی دارند توصیه می شود در سه سال اول ازدواج سالی یک بار این تست را انجام دهند. سرطان روده بزرگ سومین سرطان شایع زنان است. اختلال در اجابت مزاج، وجود خون در مدفوع یا هرگونه اختلال در گوارش، اسهال بی جهت، درد شکم، کاهش وزن ناگهانی و بی اشتها و لاغر شدن علائمی از یک بیماری گوارشی و به ویژه روده بزرگ است. انجام کولونوسکوپی بعد از ۵۰ سالگی هر ۱۰ سال یکبار الزامی است. سرطان تخمدان از دیگر سرطان ها است و با آزمایش خون یا سونوگرافی های واژینال بعد از ۴۰ سالگی قابل تشخیص است. سرطان رحم، زنانی که خونریزی غیرطبیعی دارند و یا چاق هستند، بیشتر در معرض ابتلا به این بیماری قرار دارند. برای پیشگیری از آن بررسی های دقیق و اقدامات پیشگیرانه باید صورت گیرد.

نتیجه گیری: آموزش رفتارهای خود مراقبتی به زنان می تواند گام موثری در پیشگیری، تشخیص زودرس و درمان سرطان های زنان باشد.

کلمات کلیدی: خود مراقبتی، سرطان سینه، سرطان دهانه رحم، سرطان رحم، سرطان تخمدان